

What's in the pot ?

*Viaggio attraverso colori, sapori, ricette, giochi linguistici, percorsi
scientifici e artistici ecco come hanno vissuto l'esperienza
Outdoor "Dall'orto alla tavola" i bambini della
cl. 3° F - GNUDI*



a.s. 2017/2018

Questo libro speciale è stato realizzato all'interno di un laboratorio pensato per valorizzare sia il progetto sull'orto coltivato all'interno del giardino della nostra scuola, sia il progetto Outdoor, cui partecipa l'intera scuola Gnudi.

Nella nostra classe ci sono bambini che provengono da altri paesi, perciò si è pensato di spiegare l'importanza di conoscere e rispettare le tradizioni culinarie diverse dalla propria, anche attraverso l'arte. A tal proposito, per sottolineare il rapporto che lega arte e cibo, si è cercato di promuovere l'apprendimento di alcune tecniche e di movimenti artistici particolari, stimolando al contempo la creatività dei bambini.

Tutto il lavoro ha visto i bambini molto partecipi e collaborativi fra di loro..... perché non dobbiamo dimenticare che

.....Per preparare una buona torta tutti gli ingredienti sono importanti e non possono mancare.

**QUANDO NOI LAVORIAMO INSIEME
SIAMO COME GLI INGREDIENTI DELLA
TORTA :**

IMPORTANTI E INDISPENSABILI

Ognuno di noi deve collaborare
dando il meglio di sé:
partecipando, ascoltando e
rispettando gli altri,
incoraggiando e aiutando
chi è più deboleperché.....

L' UNIONE FA LA FORZA !!

OUTDOOR..... IN ALLEGRIA !!!

Abbiamo pensato al nostro giardino come ad una seconda aula, ma all'aperto, da utilizzare per esprimere la nostra creatività , in totale libertà !

Ecco quindi tutti i "giochi" linguistici e artistici realizzati

CACCIA A NOMI E AGGETTIVI

Dopo aver affrontato in classe un ripasso sulle componenti principali della frase, siamo usciti in giardino per mettere in pratica quanto appreso su nomi e relativi aggettivi.

Prima di uscire però abbiamo formato gruppi -"isole" con 4 bambini ciascuna e in ogni isola abbiamo poi individuato i 4 custodi : della parola, dell'ortografia, delle risposte, della collaborazione/gruppo.

Una volta arrivati in giardino i gruppi hanno osservato tutto ciò che li circondava con occhi diversi ed hanno poi iniziato a trovare quanti più nomi possibili. Accanto ai nomi hanno poi aggiunto tutti gli aggettivi che sono scaturiti da un'osservazione più accurata.

Ecco il risultato di alcuni elaborati :

panchina rilassante, dondolo divertente, foglia liscia, serra protettiva, vegetali nutrienti, radici profonde, recinzione rassicurante e protettiva.





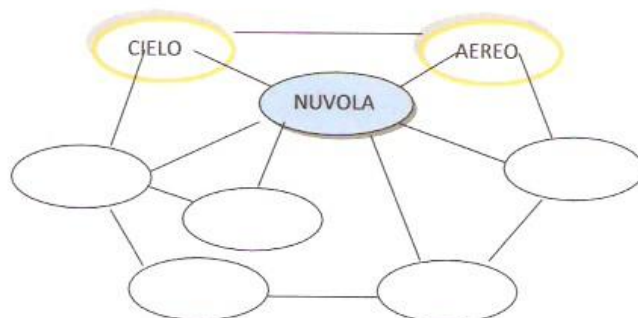
ACCRESATIVI - DIMINUTIVI - QUANTI ALTERATI !!

Dopo aver eseguito qualche esercizio in classe, siamo usciti e abbiamo sfruttato quanto poteva offrirci il giardino della nostra scuola . Ai bambini è stato chiesto di trovare oggetti che potessero soddisfare un'idea di piccolezza o di grandezza, dispregiativa o affettuosa . I gruppi-isola ne hanno scovati parecchi, dando libero sfogo alla loro creatività :

legnetto , fiorellino, erbaccia, sassolino, bucona, erbetta, seggiolina, alberone, alberello, alberino, cespuglietto, uccellino, formichina,

UNA RETE DI PAROLE

Abbiamo poi fatto un altro gioco : ispirandosi a quanto avevano intorno e sopra di loro (es.: il cielo - le nuvole- il sole- ecc...) hanno poi formato una rete di parole partendo da una parole scelta di comune accordo:



E' stata poi proposta la seguente poesia per dare continuità ai temi trattati :

Il temporale

Corrono corrono le nuvole in cielo,
son come vele di un grande veliero.
Si gonfiano al vento, poi sembran corsari
che solcan le onde di oceani e di mari.
Il cielo è solcato da lampi dorati
che sembrano spade di mille pirati.

C'è un grande fracasso, un forte boato,
è il tuono che irrompe nel cielo infuocato.
E dentro una casa un bimbo impaurito,
guardando quel cielo che sembra impazzito,
si tappa le orecchie, non osa parlare,
va dalla mamma per farsi abbracciare.
Aiuto che paura!, I Girini-Bompiani

I bambini, ispirandosi alla natura circostante e usando la tecnica a RICALCO , hanno poi scritto una loro personale poesia in gruppo, usando gli elementi naturali che più li hanno ispirati, usando anche le rime già viste in altre poesie proposte : baciata, alternata, incrociata.. . Ecco alcune delle produzioni :

Corrono corrono le nuvole in cielo,
son come le ali di un grande aereo.
C'è un grande fracasso e un forte boato
e adesso il mare è forte e arrabbiato.
Nel temporale ci sono lampi dorati
che inondano erbe di mille parti.

Le nuvole girano intorno al mondo
e fanno quasi un girotondo.
Tuoni, lampi battono alle finestre
ma le case resistono alle tempeste!
I lampi cadono giù dorati
sembran davvero mille pirati!

Le nuvole lottano in cielo,
sono più alte di un grattacielo
Tra lampi e tuoni in un cielo infuocato
in una casa dorme un bambino appena nato.
Ma poi si sveglia per tutti i rumori
e vede i lampi che picchiano i tuoni.
Le stelle brillano tutte in cielo
dove ora torna il giorno e scoppia un arcobaleno

Scendono dal cielo gocce di cristallo
e sembrano le mie scarpette da ballo.
Ci sono lampi dorati
che riempiono i cieli infuocati.
Nei grandi e ampi giardini
a mano a mano arrivano i bambini.
Con ombrelli di mille colori
riempiono di felicità tutti i cuori.
Poi finisce il temporale
e tra mille luci vedo le galassie
lontane.
Non vedo l'ora che arrivi la sera

Corrono, corrono le nuvole in cielo
per rifugiarsi sotto un grande telo
Si gonfiano al vento come una mongolfiera
che quando la vedi non ti sembra vera!
Il cielo è solcato da lampi infuocati
che sembrano proprio cuori stellati
Ma ecco il sole si è appena alzato
e l'arcobaleno è quasi spuntato!

In seguito ad una forte nevicata, siamo usciti nel giardino tutto ammantato, che è stato fonte di ispirazione per alcune poesie dedicate :

La neve emana bagliori luccicanti
Come se fossero tanti piccoli diamanti.
La neve è soffice e alta
e ci puoi affondare con una scarpa.
La neve è morbida morbida
e sembra un grande cuscino
da cui ti alzi al mattino.
La neve è così bianca,
che assomiglia a una torta alla panna.
La neve è un miscuglio di pallini
che assomigliano a tanti piccoli granellini.
La neve è così bella e
che quando cade mai ti stanca

La neve è soffice come un cuscino
e sopra ci si può fare un pisolino;
là c'è un mucchietto di neve
che è appena caduta lieve,
e guarda là... ci sono delle impronte
di capriolo
che sono appena state stampate al suolo!
La neve sembra proprio farina
per preparare i dolci la mattina.
Però attenzione.... Tutte le strade
piene di neve
fanno allarmare gli spazzaneve !!



La neve è luccicante
come un diamante,
quando ci passo sopra
affondo ma non sprofondo.
La neve ti fa scivolare,
ma quando ti alzi
ti diverti a pattinare.
E poi se hai sete.....
Ne prendi una manciata... e
ti disseti.



La neve è fredda fredda
come la cima della vetta.
La neve è bianca bianca
come un ghiacciaio
d'inverno.
La neve è soffice soffice
come un cuscino
dove puoi fare un riposino .
La neve è divertente
e quando ci giochi non
pensi più a niente!

La neve al sole è un misto di
colori
e i pupazzi si sciolgono
senza far rumore .
Quando cammino sulla neve
affondo
ma lo so.... non sprofondo!
Tutto intorno a me è bianco
e quando vedo tutta questa
neve mi incanto!!

I NOSTRI SENSI TRASFORMATI IN PAROLE

Abbiamo affrontato l'argomento "5 sensi" in italiano per poter arricchire le nostre produzioni scritte, e in un secondo momento, per fissare meglio tutte le nostre percezioni, siamo usciti in giardino per provare sul campo tali percezioni, molto più realistiche e non solo pensate.

I bambini passeggiando in giardino hanno potuto cogliere

Intorno a me vedo tanti alberi alti con foglie verdi e uno è un rusticano, un pino con le foglie all'insù, alcuni funghi ai piedi di un albero più basso, il nostro mini orto, un cespuglio di fiori gialli e uno di fiori di color rosa intenso



Ascolto il cinguettio degli uccellini, il rumore delle auto che passano, la campanella che suona, le chiacchiere dei bambini, il vento che soffia e di tanto in tanto



.....il silenzio !

Ispirati da questa poesia.....

IL VENTO

Il vento
è come un frammento.
Che riempie la gente di luce colorata
come il profumo della marmellata
Sento la schiuma che s'infrange nel mare
per poi buttarmi dagli scogli e nuotare.
Penso poi alla conchiglia
che quando avvicino all'orecchio bisbiglia.
Poi cammino sulla battigia
e vedo la nebbia buia e grigia.
E alla fine con le mie ali d'argento.....
solco i mari controvento !!

SENTO....

Il vento ha dentro semi di suono. Li posa e riposa nelle orecchie segrete dove sole e pensiero sono insieme.... Quei semi di suono lentamente crescono in musiche, rumori	voci immense e dolci. In conchiglie cresce rumore di mare. Poi torna il vento. Sento soffi freschi asciugare i rumori tagliare foglie alla musica e al suono fino al silenzio (Piumini, lo mi ricordo)
---	--

..... abbiamo scritto :

SENTO.

Io sento.....
soffia il vento
non si ferma un momento.
Lo sento da questa mattina
qui, dove abito io, in collina.
Soffia e non si ferma mai,
da dove viene non lo sai.
Forse arriva dal mare
e spero che presto se ne vorrà andare !

SENTO....

Sento il suono del vento
che fa rallegrare un bambino scontento.
Sento il suono del mare
che mi fa fermare a pensare .
Sento il suono dell'amore
che mi fa battere forte il cuore.
Sento un po' di rumore....
è un topolino che sgranocchia un fiore !

ASCOLTO....

Guardo in alto e faccio un giro in tondo
che coinvolge tutto il mondo.
Prendo una conchiglia e ci appoggio l'orecchio
sento il rumore del mare e quello forte del vento,
un vento spietato che porta con sé
chicchii di grandine
che cadono da un cielo impazzito
ma che da qualche bambino è molto gradito
Tutti i bambini vanno in piazza a fare una festa,
e si sente una melodia.....
una melodia che è fatta di fantasia !

SENTO....

Il dolce cantar degli uccellini
sopra le foglie fruscianti,
il gorgheggiare del fiume
e un asinello che raglia,
quando la mattina passeggiavo con la mamma
..... e giochiamo a stare in silenzio.....
ed ascoltare .

Raccoglio un fiore ruvido, delle foglie lisce e frastagliate, delle radici molto dure, un bastoncino spinoso e grosso, dei rami secchi, il fango vischioso, la resina appiccicosa.



Percepisco un profumointenso e dolce di fiori, di terra bagnata, di erba



tagliata.

Metto in bocca un rusciano e avverto un gusto molto aspro, una foglia di insalata del mini orto e sento un gusto amaro, assaporo un pisellino del mini orto e sento un gusto dolce .





L'ORTO DELLE PAROLE



Prendendo ispirazione dall'orto predisposto in una parte del giardino della nostra scuola, abbiamo scritto una storia che ha come personaggio principale un gentile Ortolano che, anziché vendere verdura e frutta vende parole !!!!!



Questo ci ha permesso di eseguire, sottoforma di giochi linguistici, esercizi sulla morfologia e l'ortografia. Abbiamo disegnato l'Ortolano, lo abbiamo portato dalle serre nell'orto e abbiamo drammatizzato la storia che abbiamo scritto.



Giornata dello scambio e del contraccambio con il nostro amico Ortolano !!

Ecco il finale della storia da noi inventata che ha come protagonista il nostro amico Ortolano :

Nel paese né lontano né vicino, nella piccola scuola con il grande giardino sta per arrivare un giorno molto speciale. Eh già : siamo alla vigilia della grande Festa della Scuola . A tutti i bambini della classe 3° servono quindi tante parole speciali : parole per chiamare, per salutare, per complimentarsi, per cantare, per recitare, per rincuorare, per sollecitare ...! Quindi raccolgono quelle poche parole che sono rimaste nelle loro tasche, alcune di quelle trovate dopo che il vento le ha disperse e anche qualche giocattolo e vanno dall'ortolano per barattarle con le parole speciali che distribuiranno a tutti gli altri bambini . Sorpresi e felici tutti apprezzano la parola ricevuta in dono e se ne vanno in giro per il grande giardino leggendosi reciprocamente ciò che i bambini della classe hanno pensato appositamente per loro. Ma che bel modo di fare festa !!!

Ma che bel momento di festa e di gran confusione !! Il giorno dopo la classe 3° è di nuovo fra i banchi e tutti i bambini sono molto contenti. La maestra chiede il silenzio e invita tutti i bambini della scuola ad unirsi a loro . Cerca qualcosa nella sua borsa, perché lì c'è sempre una parola appropriata, e lentamente estrae un cartoncino colorato con su scritto "CONTRACCAMBIO" ! Tutti i bambini capiscono e scattano in piedi : vanno alla ricerca di una parola speciale da dare ai bambini della classe 3°.

In poco tempo loro si ritrovano pieni di parole gentili che gli altri bambini hanno usato per salutarli e ringraziarli . Ora tutti i bambini della scuola possono stare bene insieme regalandosi l'un l'altro tante parole gentili !!

E ORA DIVENTIAMO TUTTI..... DEGLI ORTOLANI !!!!

Giocando , giocando abbiamo pensato di diventare anche noi degli Ortolani e , perché no, anche dei fioristi !! Ci siamo rimboccati le maniche e abbiamo piantato erbe aromatiche e bulbi di tulipano..... ora ci armiamo di tanta **PAZIENZA** e aspettiamo che crescano !!!!



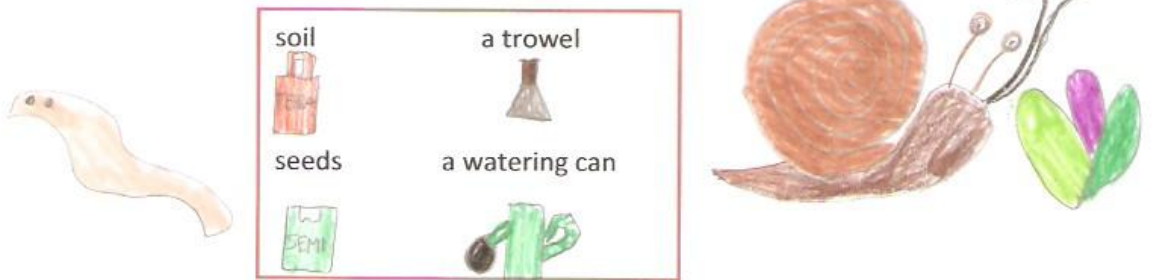
AND NOW WE PLANT SOME SEEDS



This is our school vegetable garden , and these are our vegetables, flowers and herbs growing in it :



To grow vegetables we need :



and this is the procedure :

1. MAKE A HOLE



2. PUT THE SEEDS IN THE HOLE



3. COVER WITH SOIL



4. WATER THE SEEDS



5. WAIT FOR YOUR PLANT TO GROW. BE PATIENT !!!



PASSEGGIANDO ALLA RICERCA DI FOSSILI

L'argomento dei fossili è particolarmente importante per lo studio dell'evoluzione degli esseri viventi sulla terra. A inizio anno abbiamo iniziato a studiare la Storia proprio dai fossili , spiegando che sono i resti di antichi esseri viventi, conservati nelle rocce attraverso un processo particolare. Quando poi alcuni bambini hanno portato a scuola alcuni fossili a forma di conchiglie, abbiamo pensato di andare a fare una passeggiata con una guida ambientale lungo il fiume che si trova vicino alla scuola.

Ed ecco il fiume



.....e cosa abbiamo
trovato.....



ECCO LA MAGIA DI FRUTTA E VERDURA NELL'ARTE : DALLA TERRA ALLA TELA

Anche l'arte propone tanti spunti per poter rappresentare in maniera creativa frutta e verdura.

- Particolarmente interessanti sono le opere di Giuseppe Arcimboldo, che nei suoi quadri dà alla frutta, alla verdura, ai pesci di mare ed ai volatili, le forme antropomorfe più curiose, talvolta usando le immagini per composizioni ambigue e di doppia lettura come nell'"Ortolano" (il nostro amico Ortolano si ripresenta !!!! 😊😊😊😊😊😊)

Questi sono alcuni dei disegni prodotti dai bambini :



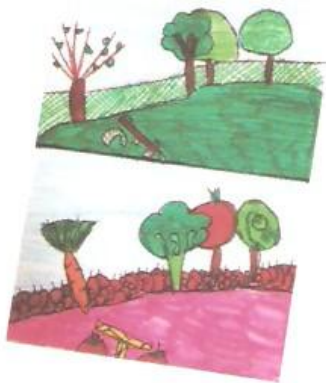
Analizzando poi i FOODSCAPES di Carl Warner , un artista americano contemporaneo, abbiamo visto che l'artista ha usato realmente frutta e verdura, per poi fotografare le " opere-paesaggio " e renderle delle opere d'arte, a metà strada



tra pubblicità e surrealità

Abbiamo perciò scelto e disegnato una parte di giardino e abbiamo provato a riprodurla con la stessa tecnica di Warner . Ecco alcune delle nostre opere ispirate al ... surrealismo :





Ma abbiamo reinterpretato anche altri artisti che nelle loro opere hanno rappresentato il cibo :

MAGRITTE



Anche CARAVAGGIO ci ha ispirati



....così come De Chirico
in un unico disegno

Ed ecco le nostre interpretazioni riunite



ED ECCO IL NOSTRO ORTO NEOLITICO !!!!!

Il programma di Storia di quest'anno scolastico ci ha condotti fino al periodo del Neolitico e quindi abbiamo scoperto che con il clima più caldo e umido dell'età postglaciale, anche in quel tempo molto molto lontano l'uomo iniziò a considerare il cibo non più solo come una conquista giornaliera, bensì a lungo termine, tanto da trasformarsi da cacciatore a produttore di cibo. Ed è così che abbiamo pensato

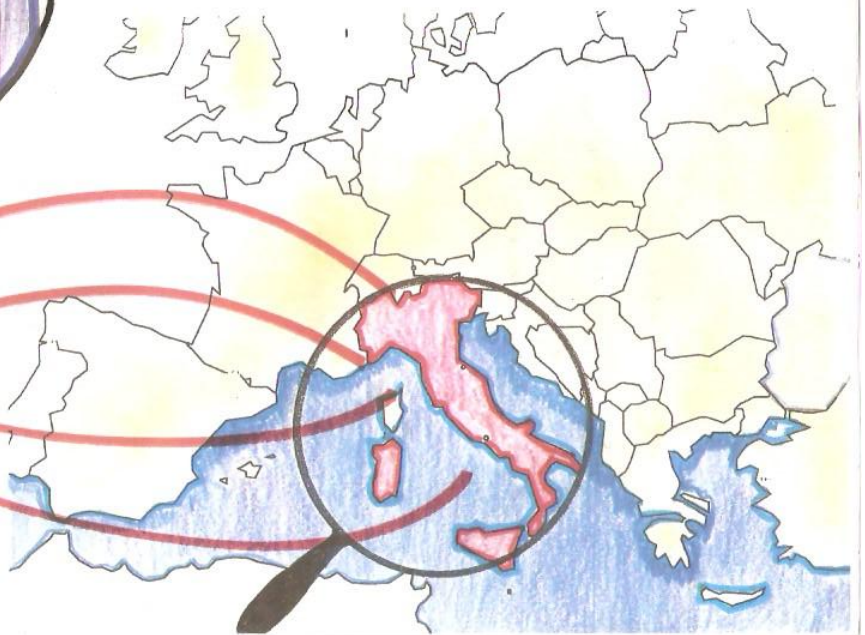


di costruire il nostro orto neolitico :



Questo tuffo nel passato ci ha fatto pensare che questa potesse essere una meravigliosa conclusione del nostro percorso interdisciplinare e interculturale "Dall'orto all'arte servito in tavola" !!!

VOLA VOLA..... LA NOSTRA CLASSE APPARTIENE AL MONDO!!! QUANTI CIBI DIVERSI ABBIAMO PORTATO!!!



ED ECCO LE RICETTE
TIPICHE DEL
PAESE DI ORIGINE DI
OGNUNO DI NOI!!!

"Alcune ricette sono state inserite nel video proiettato durante
la festa del Libro il 10/05/2018"

RICETTA CINESE

INGREDIENTI

500 g di bistecche di filetto

tagliate a striscine

1/2 Cucchiaio di semi di sesamo

125 ml di brodo di maiale

2 Cucchiaio di salsa di soia

2 Cucchiaio di senape fresca grattugiata

2 Spicchi d'aglio finemente tritati

1 Cucchiaio di maizena

1/2 Cucchiaio di peperoncino a scaglie

3 Cucchiai di olio di sesamo 1 cespo grande di
broccoli diviso a cimetta

1 Peperone giallo privato dei semi

1 Cucchiaio di olio pesante, o a piacere sale e pepe

1 Cucchiaio di coriandolo ~~filato~~ fresco tritato, per
guarnire con salsina bollita, per servire

MANZO CON VERDURE

Mamma di
Luana
&
Timmy



Mettere in una ciotolina la striscione di carne con
1 cucchiaio di semi di sesamo.

1) In un contenitore a parte macinare il
di soia, lo zenzero, l'aglio, la farina e il peperoncino
strisciato.

3) Scaldate un cucchiaio di olio di sesamo in un
wok.

Fate saltare la carne 2-3 minuti.

Togliete dal fuoco e mettere da parte, quindi
pulite il wok con carne da cucinare.

4) Scaldate il restante olio di sesamo nel wok,
aggiungete i broccoli, il peperone giallo, il peperoncino
e l'aglio piccante e fate saltare per 2-3 minuti.

5) Versate il brodo, coprite e fate bollire per 2
minuti.

6) Rimettete la carne nel wok e cuocete finché il
fondo di cottura si sarà addensato, mescolando di
tanto in tanto.

7) Proseguite la cottura per altri 1-2 minuti.
Incorporare con restanti semi sesamo e insaporite,
a piacere, con sale e pepe.

8) Servite la carne e le verdure su un letto di riso
bollito e guarnite con coriandolo fresco.

PEPERONATA DELLA NONNA - (PUGLIA) DI PIETRO

INGREDIENTI:

4 Peperoni
10 Pomodori ciliegiosi
Capperi, un cucchiaio
Sale
Pepe
Aglio

PREPARAZIONE:

Lavorare i peperoni e tagliarli a strisce.
In una padella mettere un po' d'olio e siglio
Spezzettato e soffriggere un po', unire i
peperoni, i pomodori tagliati a pezzi, i capperi,
sale e pepe a piacere e fare cuocere per circa
20 minuti. Servire caldo o freddo a piacere.

Nonna di ~~di~~ ANCONA - Spaghetti con moscioli

80 gr spaghetti a testa (non fini)
non meno di 300gr di moscioli e persona
concentrato di pomodoro
prezzemolo fresco
acqua di cottura dei moscioli filtrata
aglio
olio Extra vergine d'oliva
vino rosso dolce



Procedimento

Pulite bene i moscioli strinandoli tra loro e sciacquate con acqua.
Metteteli in un tegame chiuso con il coperchio e a fuoco dolce aspettate che si
aprano. Quando i moscioli saranno aperti togliete il doccia dalla conchiglia e
togliete lo stoppino. Una volta scagati tutti i moscioli amministrate metà.

In una padella/pentola piccola coperta mettete olio e aglio.
Non appena l'aglio diventa dorato toglietelo e immergete nell'olio i moscioli.
Fate saltare qualche minuto e ad aggiungete un mezzo bicchiere di
vino rosso per sfumare.

Aspettate per 2/3 minuti e aggiungete il concentrato di pomodoro e l'acqua di
cottura dei moscioli che avete precedentemente filtrato e pulito da eventuali
sassetti e sghette. Cuocete a fuoco basso con il coperchio.

Scolate gli spaghetti al dente e fndeli di cadere nel sugo
Aggiungete una manciata di prezzemolo fresco e ...fastabè un bel pò!





Ricetta di Mamma di Alice, Lucrezia e Matteo: Schiacciata a base di fichi

Ingredienti:

farina, g 400
lievito di birra, g 10
6-8 fichi
4-5 noci
qualche cucchiaino di zucchero
Olio Extra Vergine di Olive

Preparazione:

Preparate un impasto classico per fare il pane:
sciogliete il lievito in un pochino di acqua leggermente tiepida, assieme ad un cucchiaino di zucchero o di malto. Impastate la farina con il lievito ed un cucchiaino d'olio, lavorate a lungo, quindi fate una palla con una croce sopra e fate lievitare coperta da un canovaccio in un luogo tiepido e riparato da correnti d'aria (anche nel forno ad una temperatura di 50°C).

Nel frattempo lavate i fichi e tagliateli a spicchi; sguosciate le noci e spezzettatele grossolanamente.

Quando l'impasto avrà raddoppiato il proprio volume, lavoratelo leggermente sopra un piano infarinato e dividetelo in due parti (una leggermente più grande).

Stendete la parte più grande non troppo sottile e ponetela in una teglia rettangolare; adagiatevi sopra una parte di fichi e qualche pezzetto di noce, quindi cospargete con poco zucchero e coprite con la restante pasta, stesa più sottilmente.

Sigillate bene i bordi e mettetevi sopra i fichi e le noci restanti; spolverizzate altro zucchero, versate un giro d'olio quindi fate cuocere in forno a 180°-200°C per circa 40 minuti o fino a cottura ultimata.

La schiacciata con i fichi e noci è ottima tiepida o fredda.

NOME → CAVOLFIORE DORATO



INGREDIENTI

- * UNA CAVOL FIORE
- * DUE UOVA
- * 200 GP DI FARINA
- * UN CUCCHIAINO PICCOLO DI SALE
- * UN CUCCHIAINO PICCOLO DI PEPPERONE
- * 50 GR DI FREZZEMOLA
- * OLIO PER FRIGGERE

TEMPO → 40 MINUTI ☺

PREPARAZIONE

METTERE IL CAVOLFIORE A CUOCERE IN UNA PENTOLA PIENA D'ACQUA: TEMPO 20 MINUTI. DOPO PRENDERLO DALLA PENTOLA E METTERLO IN UN PIATTO. DOPO PRENDERE UNA PADELLA PIENA D'OLIO E METTERLO SUL FUOCO. DOPO ROMPERE I DUE UOVA NEL PIATTO. DOPO METTERE IL SALE E IL PEPPERONE SULLE UOVA POI MESCOLA FORTE. PRENDERE IL CAVOLFIORE E METTERLO NELLE UOVA. DOPO LA FARINA E METTERLO NELL'OLIO. QUANDO SARÀ DORATO METTERLO IN UN PIATTO E METTI CI SOPRA DEL FREZZEMOLA. È BUON APPETITO! ☺

RICETTA della MAMMA di ENAYAT - EGITTO

FAGIOLI ALLA VENETA

INGREDIENTI:

- 800 gr fagioli bolliti fardis.
- 2 aglio a spicchio.
- 6 acciuga sotto sale
- 1 cipolla di provamolo
- 4 cucchiai di olio d'oliva
- 2 cucchiai di aceto
- A.B. sale
- A.B. pepe



RIFETTA
DI NONNO
DI BIANCA



PREPARAZIONE

Ligamati e fagioli, lamelle e scioglioli. Fatioli cuocere in una pentola con abbondante acqua per 1h 30 min.

Nel frattempo decantate le acciughe lavandole, debolate e tagliatele a pezzetti. Strucate l'aglio e schiavate leggermente. Mandate il provamolo, lavatelo e tagliatelo finemente.

Scaldate l'olio in un tegame unte l'aglio con il provamolo e fateli soffriggere per qualche minuto. Quando l'aglio sarà bollito aggiungete le acciughe e fateli sciogliere a fuoco basso, ricorrendo con un cucionio di legno.

Trasferite nel tegame l'aceto e continuate a lavorare ~~l'olio~~ le acciughe fino a quando saranno sottile in acqua. Insaporite con un pizzico di sale e di pepe e togliete dal fuoco.

Localate i fagioli, versateli su una piastra da portata e condite con salsa calda.

Lanciatele ripassare coperti per dieci minuti e serviteli in tavola.

PASTA AI BROCCOLI

Ingredienti:

- 350 gr di pasta
- 500 gr di broccoli
- uno spicchio di aglio
- qualche acciuga
- parmigiano grattugiato

Preparazione

Fate bollire una pentola di acqua salata, quindi lessare i broccoli, quando sono circa a metà cottura colare la pasta.

Allo stesso tempo preparare un soffritto con aglio e acciughe, soffriggere e quando la pasta e i broccoli sono cotti scolare e mantecare con il soffritto e abbondante parmigiano.

Reazione della mamma

Reazione della nonna


PIPERONI SOTTO OLIO

ingredienti:

- 2 KG di peperoni gialli, rossi, o verdi lavati, privati dei semi e tagliati nel senso della lunghezza
- 2 litri di aceto bianco
- 2 pizzichi di pepe bianco
- 2 cucchiaini di sale
- 2,5 litri di olio di semi di girasole
- 10 spicchi d'aglio, schiacciati sottilmente (facoltativo)
- origano (facoltativo)








PREPARAZIONE:

Prima occorre i peperoni al sole finché tutta l'acqua sopra è evaporata. ~~Stralisciate~~
Il grosso vaso.
Mettere l'aceto, lo zucchero il pepe bianco, il cucchiaino di sale e due cucchiaini d'olio in una coccinola capiente dal fondo spesso a quartuccio a fuoco medio finché l'aceto inizierà a bollire.
Unite i peperoni, mescolando ben portate a bollizione o fuoco.
Togliete dal fuoco.
Lasciate raffreddare per qualche ora.
Coprite il contenitore di peperoni su un

piatto piatto. 
coperto con un altro piatto e lasciate riposare per alcune ore.
Per un cucchiaino rovente il composto ed eventualmente l'aglio e l'origano nel vaso, a strati, lasciando uno spazio vuoto di 5 cm.
Appolverate con il sale.
Lasciate riposare tutta la notte.
Controllate il livello dell'olio; se si è ridotto, aggiungete ulteriore olio.
Chiedete ermeticamente il vaso stringendo a fondo il tappo a rete.

CRESCIA DI PASQUA

Ingredienti:

- 500 GR DI FARINA 
- Un cubetto di lievito di birra 
- 150 GR DI LATTE 
- 100 GR DI PECORINO FRESCO 
- 150 GR DI PARMIGIANO GRATTUGIATO 
- 5 uova 
- 55 GR DI OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA 
- SALE, PEPE Q.B.

Ricetta
mamma di
AGATA













Procedimento:

- SCIOLGERE IL LIEVITO DI BIRRA IN UN POCHINO DI LATTE TIEPIDO.
- IN UNA TERZINA MESCOLARE LA FARINA, IL PARMIGIANO, SALE E PEPE CON IL LATTE, L'OLIO E LE UOVA SBATTUTE.
- ACCIUNGERE IL LIEVITO E IMPASTARE PER UNA DECINA DI MINUTI.
- ACCIUNGERE IL PECORINO TAGLIATO A CUBETTI E LAVORARE PER 2/3 MINUTI.
- PORRE L'IMDASTO NELL'APPPOSITO STAMPO DI TERRA COTTA E LASCIARE LIEVITARE PER TRE ORE.
- CUOCERE NEL FORNO A 180 GRADI PER UN'ORA.

INGREDIENTI PER L'IMDASTO:

TORTANO

INGREDIENTI PER CONDIMENTI:

- 750 G. FARINA "00" 
- 500 G. PROSCIUTTO A CUBETTI 
- 300 G. FARINA "00" E FARINA MANITOBA 
- 500 G. SALAME A CUBETTI 
- 70 G. ZUCCHERO 
- 500 G. FARFANGOLA A CUBETTI 
- 10 G. SALE 
- SALE E PEPE q.b.  
- 40 G. LIEVITO 
- 100 G. MARGARINA 
- 300 G. ACQUA FREDDA 

Impastare tutto

fare un ciambella metterla a lievitare per 1 ora.

Cuocere 180° per 40/45'

RICETTA DEL NONNO NAPOLITANO DI SIMONE

RICETTA DEL PERÙ della MAMMA di IRVIN

PATATE ALLA HUANCAINA CON SALSA PEPERONCINO PICCANTE



Preparazione:

1. Pulire accuratamente il peperoncino giallo e togliere tutti semi e lavare con acqua calda.
2. Mettere il peperoncino in frullatore insieme al latte, ricotta, olio e sale, fino a ottenere una crema omogenea (non densa)
3. Bollire le patate, sbucciarla e tagliare a metà.
4. per servire in un piatto: un letto di lattuga, patate, ricoprire con la salsa e sopra va mezzo uovo sodo, olive.



RIBOLLITA

INGREDIENTI

- 1 cavolo nero
- 1/2 cavolo verza
- Patate
- 2 carote
- 1 cipolla
- 10 pomodorini
- 2 zucchine
- 1 costa di sedano più le foglie
- 400 grammi di fagioli cannellini
- 1 barattolo di passata di pomodoro
- olio extravergine d'oliva
- pane toscano raffermo



PREPARAZIONE

- Mettete a bagno i fagioli per una notte e poi fateli cuocere in una pentola di terra cotta.
- In una grande padella fate soffriggere la cipolla tagliata a rondelle con l'olio, aggiungete la carota tagliata a dadini e il sedano a tocchetti, poi lasciate imblondire. Dopo 5 minuti mettete i pomodorini tagliati a spicchi e fateli cuocere per una decina di minuti a fuoco vivace e con il coperchio.
- Diminuite la fiamma e aggiungete le patate tagliate a dadini. Dopo circa dieci minuti aggiungete il cavolo verza e il cavolo nero spezzattati. Per ammorbidire il tutto potete usare l'acqua di cottura che state utilizzando per i fagioli.
- Ora è il momento di mettere metà dei fagioli nella padella e, dopo un po', anche le zucchine a pezzetti.
- Con l'altra metà dei fagioli fate un purè e aggiungeteci la passata di pomodoro. Lasciate che il composto si asciughi un po' e, alla fine, unitelo al composto di verdure che avete cotto in padella.
- A parte tagliate il pane raffermo a pezzettoni e fatelo arrostire in forno. Prendete un tegame di terra cotta e disponete i dadini croccanti sul fondo.
- Versateci sopra la verdura con il brodo e poi mettete un altro strato di crostini. Aggiungete ancora verdura e brodo e condite con un filo d'olio. Servite la ribollita molto, molto calda!

Ricetta TOSCANA della NONNA di Matteo Alice Lucretia

RICETTA TIPICA CALABRESE MANITA DI BIAGIO

« I CRUSTOLI »

INGREDIENTI:

- 600g DI FARINA
- 1 BICCHIERE DI VERMUT
- 1 BICCHIERE DI MARSALA
- 1 BICCHIERE DI SPREMITA D'ARANCIA
- UN PÒ DI RUM
- UNA SPOLVERATA DI CANVELLA
- CHIODI DI GAROFANO
- OLIO PER FRIGGERE
- MIELE PER RICOPRIRCI

PREPARAZIONE:

METTERE IN UN PENTOLINO IL VERMUT, LA SPREMITA, IL MARSALA, L'OLIO



IL RUM, LA ~~MARSALA~~ E I CHIODI DI GAROFANO.

- METTERE LA FARINA IN UNA TERRINA E VERSARE IL LIQUIDO. IMPASTARE TUTTO.
- PER FARE LE FORMINE USARE LA FORCHETTA. PRENDERE UNA PALLINA DI IMPASTO E ROTOLARE CON LE DITA.
- SCALDARE L'OLIO IN UNA PENTOLA E, UNA VOLTA BOLENTE, VERSARE I CRUSTOLI.
- FATELI DORARE E Toglieteli, metteneli DOW SU CARTA ASSORBENTE.
- SCALDARE IL MIELE, VERSARCI I CRUSTOLI E GIRARE A FUOCO SPENTO.
- SCOLARE CON UN MESTOLO FORATO E METTERE SU UN VASSOIO. DECORARE A PIECE.

RICETTA PUGLIESE (PAGANINA DELLE FONTI)

CAZZONE DI CIPOLLE

1 Kg cipolla MAMMA DI PIETRO

di uovo

100 gr

Picetto stagionato

100 gr di alici sott'olio

50 gr di olive nere sacciate

di questo basta

INGREDIENTI PER LE SFOLIE

500 gr di farina

Acqua, olio, sale, impastare, creare 2 sfoglie

PREPARAZIONE PER IL RIPIENO

Cucinare in acqua la cipolla che è cotta

e eliminare l'acqua aggiungere gli ingredienti

e creare un impasto morbido, versarlo sulla sfoglia

precedentemente messa in una teglia, poi ricoprire con

l'altra sfoglia cucinata, chiudere bene i bordi, con

la forchettina bucherellare la sfoglia superiore e

infornare per 30 minuti circa a temperatura 200°

centigradi.

TAGLIATELLE

INGREDIENTI

Farina tipo 00 1 Kg

Uova 500 gr circa 10 uova

PREPARAZIONE

Preparare la base della farina e

volcano rompere le uova e metterle

al centro della farina.

Con una forchettina, piano piano,

mescolare il tutto e cominciare a

lavorare l'impasto con le mani.

Amalgamare molto bene l'impasto

che dovrà essere conservato 3 s/h

se in frigorifero, avvolto nel nylon

prima di essere tirato con il mattarello.

Stendere la sfoglia avvolto su

se stessa e con un coltello non se-

ghettato tagliarla a fettine di mm

8 di larghezza.

Stendere queste fettine su un piano
per farle seccare.

LUCA

Ricetta emiliana

PAN DI SPAGNA

4 UOVA

80GR DI FARINA

80GR DI PUMINA

160 GR DI ZUCCHERO

2 CUCCHIAINI DI LIEVITO

COME PREPARARE:

MONTARE I TUORLI CON LO ZUCCHERO
MONTARE GLI ALBUMI AGGIUNGERE FARINA E
LIEVITO FAR CUOCERE IN FORNO VENTI-
LATO, PER LA FARCITURA 500GR DI
RICOTTA 20 GR DI ZUCCHERO OGNI ETTO
DI RICOTTA 1 CONFEZIONE DI PANNA,
MONTARE LA RICOTTA E ZUCCHERO POI
MONTARE 4° PANNA. BAGNARE IL PANDISPA
AGNA CON IL LATTE E FARCIRE.

ricetta della amica della nonna
di tramessa



PAN
DIO
SPAGNA

Auguri



RICETTA ALBANESE del PAPA' di IRVIN BUREK

Ingredienti:

- Impasto:

* 300 g. farina

* 50 ml. acqua

* 1/2 cucchiaino di sale

- Ripieno:

* 100g porro

* 300 g. Carne macinata

* olio



Preparazione:

1. In una ciotola versare la farina, sale e acqua, arrivare a un impasto morbido e riposare per 30 min.
2. mettere in una padella olio e porro tritato, rosolare, unire la carne e fare cuocere.
3. Da questo impasto ricavare 6 paline e con il mattarello stendere sottili queste paline quasi trasparenti.
4. se unge con olio la teglia e mettere il primo foglio di pasta all'interno.
5. spennellare la sfoglia con l'olio al interno e mettere la otra sfoglia, arrivando a la terza se mette il ripieno, continuando a spennellare le altri sfoglie.
6. mettere in forno 180 gradi per 30 minuti o finché non sarà perfettamente dorato.

SPEZZATI NO (ALLA CONTADINA)

INGREDIENTI

Cipolla	1 ^a piccola
Sedano	1 ^a costa
Carota	1 ^a
Carne di vitello o manzo	1 Kg
Vino bianco	1 bicchiere
Passata di pomodoro	1/2 Kg
Acqua	1 bicchiere

PREPARAZIONE

Si tritano sedano, carota e cipolla fine
fina e si soffrigge il tutto su una
padella con un po' di olio.

Una volta rosolate le verdure si aggiunge
il Kg di carne di vitello o manzo
tagliato a pezzetti.

Si ~~cuoce~~ cuoce quando la carne diviene
rotta, si aggiunge un bicchiere di vino
bianco e lo si fa evaporare.

Si aggiunge una manciata di sale,
la passata di pomodoro e un
bicchiere d'acqua e lo si fa cuocere
per un paio d'ore, fino ad ottenere
la carne cotta e morbida.

Lucia

(Ricetta mamma di Lucia)

RAGÙ ALLA BOLOGNESE

INGREDIENTI

Carbotta di manzo	gr 300
Pancetta sgrassata	gr 150
Carota	gr 50
Costa di sedano	gr 50
Cipolla	gr 30
Salsa di pomodoro	2 cucchiai 5
Vino bianco secco	bicchieri 1/2
Latte intero	bicchieri 1

PREPARAZIONE

Si scioglie nel tegame la pancetta tagliata
a dadini tritata, si aggiungono le
 verdure ben tritate che si lasciano ap=
pasire dolcemente su fuoco; si aggiunge la
carne macinata, rimescolando sino a
che "sfrigola".

Si mette 1/2 bicchiere di vino ed il pomodoro
allungato con poco brodo, poi si lascia
cuocere per circa due ore aggiungendo, di
volta in volta, il latte e aggiustando di
sale e pepe nero.

Facoltativo, l'aggiunta a cottura ultimata
della panna di cottura di un litro di latte
intero.

Lucia

(Ricetta nonna di Lucia)

FATTO DA LA MAMMA DI ENAXI
RICETTA EGIZIANA

DOLCE
CHEESE
 TEMPO: 45 M

INGREDIENTI

- 2 BICCHERI MEDIO DI FARINA
- 1 BICCHERO DI LATTE
- 1 BICCHERO DI ZUCCHERO
- 1/2 BICCHERO DI BURRO
- 5 UOVA
- UN CUCCHIAIO DI VANIGLIA
- UN CUCCHIAIO DI LIEVITO

PREPARAZIONE

- 1 METTETE LA FARINA SUL LIEVITO MESCOLATE CON UN CUCCHIAIO IN UN PIATTO.
- 2 METTETE TUTTE LE UOVA ANCHE LA VANIGLIA ANCHE IL ZUCCHERO DOPO USATE LA RACCHETTA DI UOVA TEMPO 10 MINUTI
- 3 METTE IL BURRO DOPO IL LATTE TEMPO 5 M.
- 4 DOPO LA FARINA UNA DOPO L'ALTRA DOPO METTELA IN UNA PENTOLA LA METTETE LA NEL Forno TEMPO 45 MINUTI
- 5 DOPO IL Forno TAGLIATELO TRIAGARE E METTI LA ZUCCHERO A UOVA

CHEESE CAKE
ALLA STRACCIATELLA

FATTO DA KLAIDI
 E MANNA !!!

2 INGREDIENTI

- 500 GR. DI PHILADELPHIA
- 200 GR. DI FROLINI AL CACAO
- 140 GR. DI BURRO
- 160 GR. DI ZUCCHERO
- 300 ML DI PANNA FRESCA
- 2 ARANCE
- 5 FOGLI DI GELATINA
- 150 GR. DI GOCCE DI CIOCCOLATO FONDENTE

PREPARAZIONE

BASA

FATE SCIOLIERE 130 GR. DI BURRO A FUOCO BASSO, TRITATE FINEMENTE I FROLINI NEL MIXER, UNITELI AL BURRO FUSO E MESCOLATE BENE. COMPATTATE IL COMPOSTO SUL FUOCO SUL FONDO DI UN STAMPO ACERNIERA RIVESTITO DI CARTA DA FORNO E FATE RIPOSARE NEL FRIGO PER 30 MINUTI.

CREMA

CON UN PELAPATATE TOGLIERE LA PARTE ARANCIONE DELLA BUCCIA DELLE ARANCE E METELA IN ACQUA; SPREMETE LE ARANCE, MONTATE LA PANNA E TENETELA IN FRESCO. SCALDATE IL SUOZO DELLE ARANCE E SCIOLGHIETE LA GELATINA AMALGAMATA IN ACQUA FREDDA E FATE RAPPREDDARE. IN UNA CIOTOLA AMALGAMATE IL PHILADELPHIA CON 140 GR. DI ZUCCHERO, UNITE LA PANNA MONTATA LE GOCCE DI CIOCCOLATO E LA GELATINA RAPPREDDATA. VERSATE NELLO STAMPO LIVELIATE E TENETE IN FRIGO PER 4 ORE.

DECORAZIONE

TAGLIATE A JULIEN LE BUCCE DI ARANCE E SBOLLENTATE PER 2 MINUTI. IN UNA PADILLA SCIOLITE 20 GR. DI BURRO CON 20 GR. DI ZUCCHERO, UNITE LE BUCCE D'ARANCIA E FATE CARAMELLARE. METTELE A RAPPREDDARE SU UN FOGLIO DI CARTA DA FORNO. TOGLIETE LA CHEESE CAKE DALLO STAMPO E DECORATELA CON LE SCORZETTE CARAMELATE.

BRODO DI CARDONE

Ricetta di un'araba della mamma
di Arturo

INGREDIENTI
Mezzo chilo di cardo, un chilo di carne per brodo,
200 grammi di carne macinata, due uova, 200 g
di parmigiano

preparazione

- 1) separare il cardo dopo averlo tagliato a pezzetti
- 2) Cuocere il brodo di carne.
- 3) Con la carne macinata preparare le poltine,
- 4) Sbattere le uova con il parmigiano.
- 5) Diluire il brodo e togliere la carne che si
uscia per il sasso
- 6) Nel brodo bollente unire il cardo, le poltine,
le uova e il parmigiano.
- 7) far riposare per 10 min

PARMIGIANO



UOVA



PALLOTINE



CARDO



RICETTA "TAVA"

DELLA MAMMA DI GAMA

IN KOSOVO C'È UN CIBO MOLTO FAROSO
E SI CHIAMA TAVA"

INGREDIENTI

CAROTE
CIPOLLÀ
RISO
PEPE NERO
PERZEMOLO
CARNE DI POLLO
UN BICCHIERE DI ACQUA

PROCEDIMENTO

SI CUOCE TUTTO IN SIEME PER CIRCA
UN'ORA IN FORNO E SERVIRE ANCORA CALDO

RISO



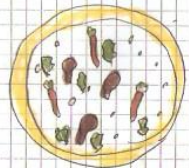
POLLO



CAROTE



PERZEMOLO



CREPES ALLE MELE

INGREDIENTI PER QUATTRO PERSONE:

- 125 GR. di farina
- 3 uova
- 80 GR. di burro
- 1/2 bicchiera di latte
- 1/2 bicchiera di panna
- 1 limone
- 80 GR. di zucchero
- 4 mele
- 1 bicchierino di calvados
- marmellata di mele

COME PREPARARE E IMPASTARE!

- 1) Preparare l'impasto per le crepes mescolando in una terrina un uovo e due tuorli con farina, panna, latte e zucchero, poi unire metà burro e la scorza grattugiata di limone e mescolare.
- 2) Ponete sul fuoco una padella unta di burro e versatevi un mestolo di pastella. Togliete la frittatina quando si colora dorata dai bordi e parti, versate dell'altra pastella e man mano che le crepes saranno pronte portatele su un piatto che terrete in caldo.
- 3) Stracciate le mele e dopo averle dimostrate e private del torsolo tagliatele a dadini. Ponete in un tegame con il burro spumeggiante e fateli dorare per qualche minuto. Aggiungete la marmellata di mele un bicchierino di calvados, rimischiate bene e lasciate sul fuoco ancora per un attimo. Distribuite un po' del composto di mele al centro di ogni crepe quindi arrotolate in modo da formare un cono.
- 4) Prima di arrivare spolverizzate la superficie delle crepes con un po' di zucchero.

Risetta della nonna di Emma.

TAGLIATELLE ALLA BOSCAIOLA DEL MIO PAPA'

INGREDIENTI: FARINA DI SEMOLA (ROSA), FUNGHI (CHIODI), PEPERONCINO (RAGGI), PEPERONCINO AGRO, SALSICIA, BACCOTTI, MANTO DI PASTA DI SEMOLA DI DURUM, TAGLIATELLE TATE IN TONDO.

PREPARAZIONE:

TOGLIETE LA PELLE AI FUNGHI E TAGLIATE IN PICCOLI CUBI. BOLLITE LA PASTA DI SEMOLA IN ACQUA SALATA PER 10 MINUTI. SCOLATE E LASCIA DRAINARE. MONTATE IL RIPIENO CON LA SALSICIA, I BACCOTTI, IL PEPERONCINO AGRO E I FUNGHI. TAGLIATE LA PASTA DI SEMOLA IN TAGLIATELLE TATE IN TONDO. MONTATE LE TAGLIATELLE CON IL RIPIENO E LA PASTA DI SEMOLA. BOLLITE PER 10 MINUTI.

AGNESE - RICETTA CON I FUNGHI

FEGATO ALLA VENEZIANA (VENEZIA)

INGREDIENTI

- 500 gr. di fegato
- 1 cipolla bianca
- 1/2 bicchiere di olio extra vergine di oliva
- 1 buccia di limone
- 1 grattugiata a piacere di parmigiano reggiano
- Sale q.b.

PREPARAZIONE

In una padella antiaderente versa l'olio e aggiungi la cipolla tagliata a pezzetti e la faccio rosolare. In pari tempo taglio il fegato a listarelle e la buccia di limone a pezzetti e aggiungo il tutto all' cipolla. faccio cuocere a fiamma bassa, senza coprire, girando il tutto spesso più volte e aggiungendo una macinata di sale. Una volta saltato salato, metto il coperto e lascio cuocere il tutto per 5/10 minuti sempre a fuoco basso. Infine sciro il fegato aggiungendo a piacere una macinata di parmigiano. *Memoria Live*

TORTA DI RICOTTA di Marinella, la più brava pasticcera di Orsogna.

(Almeno tutti quelli che la conoscono dicono così)

- Ingredienti:
- 1/2 Kg di ricotta di mucca
 - 2 uova
 - 150 grammi di zucchero
 - buccia di limone grattugiata
 - 25 grammi di burro fuso
 - 50 grammi di farina



PREPARAZIONE

Montare il composto con lo zucchero, le uova e il resto degli ingredienti a fiamma bassa. Montare a neve il burro e unire il composto. Infornare a forno preriscaldato a 170 gradi per 20 minuti. Decorare con la frutta secca a piacere con poca crema. *Lorenzo*



RAGU ALLA BOLOGNESE NONNA DI BIANCA

INGREDIENTI

- Carne bovina macinata 300 g.
- Carne suina macinata 250 g.
- Passato di pomodoro 250 g.
- Burro 50 g.
- Cipolla dolce 50 g.
- Lardo 50 g.
- Funghi porcini 250 g.
- Aglio 3 litri.
- Latte intero 40 g.
- Sale fino q.b.
- Pepe nero q.b.



PREPARAZIONE

Tosta il formaggio sbrando, cotto e cipolla e versali in una pentola e farti soffriggere unisci la carne macinata. Fai rosolare dieci minuti e sfumai con vino bianco. Aggiungi la passata di pomodoro più litro d'acqua e di latte. Dopo un ora aggiungi un litro d'acqua e fai cuocere a fuoco dolce. Al termine della seconda ora aggiungi un altro litro d'acqua in questo modo il ragù cuocerà 2 ore. Il fine cottura regola di sale e pepe e spoglia la fiamma e unisci il latte e macerata.

RIGATONI ALLA CARBONARA (ROMA)

INGREDIENTI [PER 4 PERSONE]

- 300 grammi di pancetta affumicata / sguancio / ardatini
- 200 grammi di parmigiano grattugiato
- 400 grammi di rigatoni

PROCEDIMENTO

- 1) soffriggere la pancetta in una padella antiaderente
- 2) sbattere le uova in una terrina con il parmigiano
- 3) prima di scolare la pasta, tenere mezza tassa di acqua di cottura
- 4) dopo aver sciolto la pasta, unirla alla terrina con le uova e aggiungere la pancetta soffritta
- 5) amalgamare tutti gli ingredienti e aggiungere quanto basta dell'acqua di cottura
- 6) servire dopo aver coperto con un'albordante grattugiato di pepe nero

Buon Appetito

Ricetta nonna di Alberto



RIBOLLITA

INGREDIENTI:

- 1 cavolo nero
- 1/2 cavolo verza
- 2 carote
- 1 cipolla
- 150 pomodori
- 2 zuccoline
- 1/2 radice di sedano o 1/2 la foglia
- 1/2 radice di finocchio
- 400 grammi di fagioli cannellini
- 1 barattolo di passata di pomodoro
- olio extravergine d'oliva
- pepe, sale quanto bastava

PREPARAZIONE

- Mettere a bagno i fagioli per una notte e poi farli cuocere in una pentola di terra
- In una grande padella, fare soffriggere la cipolla tagliata a rondelle con l'olio, aggiungere la carota tagliata a dadini e il sedano a tocchetti, poi lasciare imbiondire.
- Dopo 5 minuti mettere i pomodori tagliati a spicchi e farli cuocere per una decina di minuti a fuoco vivace e con il copertile.
- Aggiungere le zuccoline, le carote, la radice di sedano e di finocchio. Dopo circa dieci minuti aggiungere il cavolo verza e il cavolo nero spazzolati. Per ammorbidire il tutto potete usare l'acqua di cottura che state utilizzando per i fagioli.
- Che si il momento di mettere metà del fagiolo nella padella e, dopo un po', anche la passata di pomodoro.
- Con l'ultima metà dei fagioli, fare un purè e aggiungere la passata di pomodoro. Lasciate che il composto si asciughi un po' e, a fine, unire il composto di verdure che avete cotto in padella.
- Versare sopra la verdura con il brodo e poi mettere un altro strato di cristini. Coprire con il coperchio e lasciare cuocere per circa 15 minuti.
- Aggiustare ancora verdure e brodo e condire con un filo d'olio. Servire la ribollita calda, molto calda.

Ricetta della nonna toscana di Alice Lorenza Motta

PASSATELLI

ingredienti:

- 5 uova, parmigiano grattugiato
- pan grattato, mozzarella, sale
- pepe, brodo di carne

PREPARAZIONE

Per ogni uovo un cucchiaino di parmigiano e un cucchiaino di pan grattato finché l'impasto non diventa duro poi si schiaccia con lo schiacciapastate nel brodo bollente

Ricetta della mamma di Masha

SPAGHETTI ALLA CARBONARA

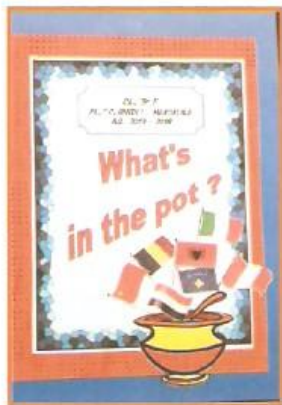
- GUANCIALE 150g
- tuorli 6
- pecorino romano 50g
- sale
- pepe nero

PREPARAZIONE

Tagliare il guanciale a striscine, versarli in una padella antiaderente per circa 15 m. Separare gli spaghetti e nel frattempo versare i tuorli con il formaggio in una ciotola. Amalgamare il tutto e aggiungere gli spaghetti, un po' di acqua e aggiungere il guanciale sempre ben caldo.

RICETTA della nonna di Eugenio

**ECCO IL VIAGGIO FRA LE NOSTRE RICETTE E LE NOSTRE CULTURE NEL LIBRO
POP-UP REALIZZATO DA TUTTI NOI !!!!**



What's in the pot ? Tante ricette e tanti sapori buoni un mondo !!!



Volando .. volando.. eccoci qui tutti insieme,, da tanti paesi diversi !!



.....e ora..... **TUTTI A TAVOLA !!!!**

INSIEME formiamo una TORTA MOLTO SPECIALE !!

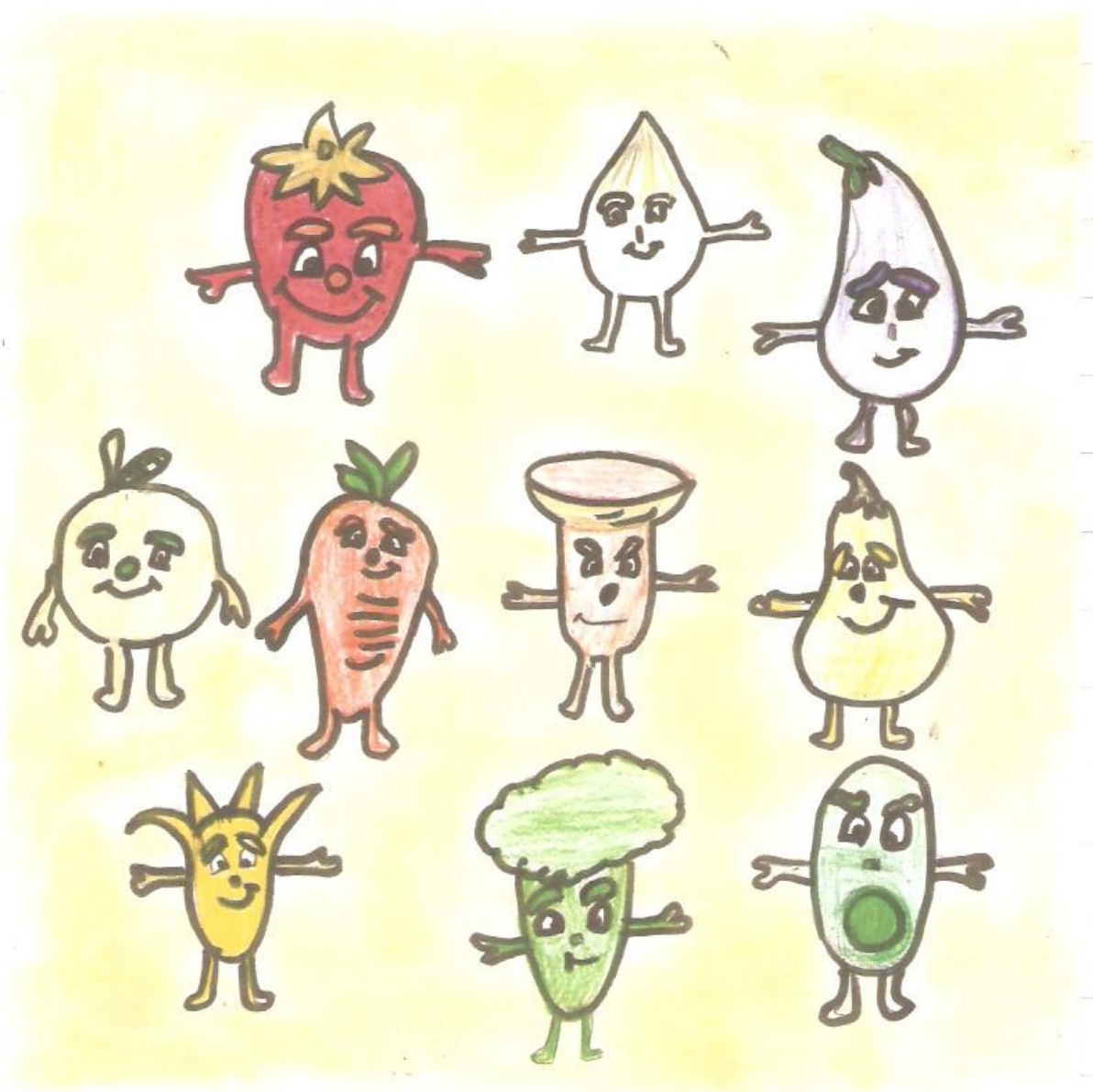


IL SUQ con i suoi colori,
profumi e sapori



**HAPPY
TOGETHER**





● Disegno la mappa dell'orto della scuola:

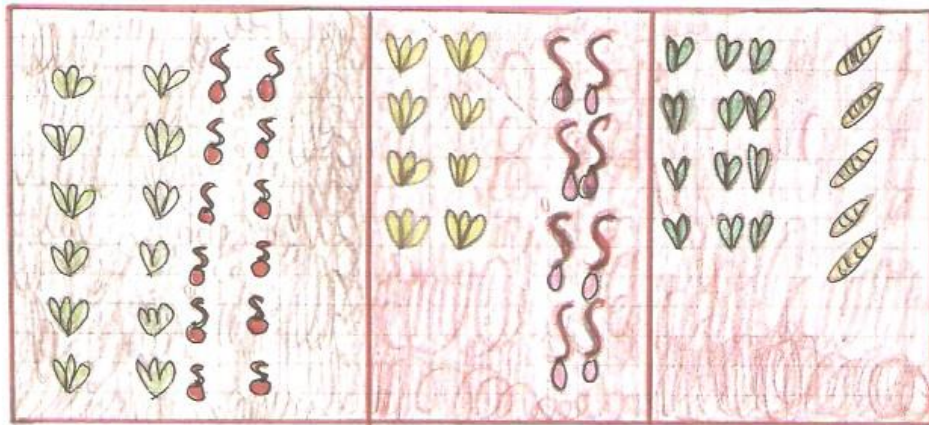
1) prendiamo le misure dell'orto

2) *riduciamo* in scala (rimpiacciamo)

1 m = 5 QUADRETTI

1 m = |——|


3) disegniamo l'orto *in scala*



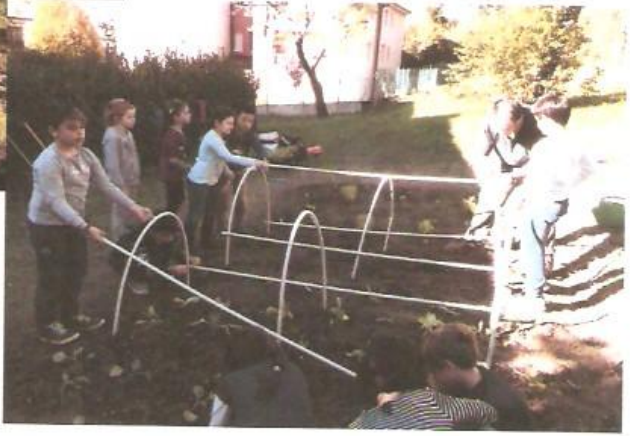
LEGENDA:

 RADICCHIO

 CIPOLLA

 PISELLI

 CAVOLI



Otto vuol dire anche **MANGIARE SANO.**

Il nostro corpo ha bisogno delle sostanze nutritive contenute nei diversi alimenti per poter svolgere le sue funzioni:



PROTEINE
GRASSI



PER LA
COSTRUZIONE
E LA CRESCITA
DEL NOSTRO
CORPO



VITAMINE
SALI MINERALI



PER PROTEGGERE
IL NOSTRO CORPO
DALLE MALATTIE

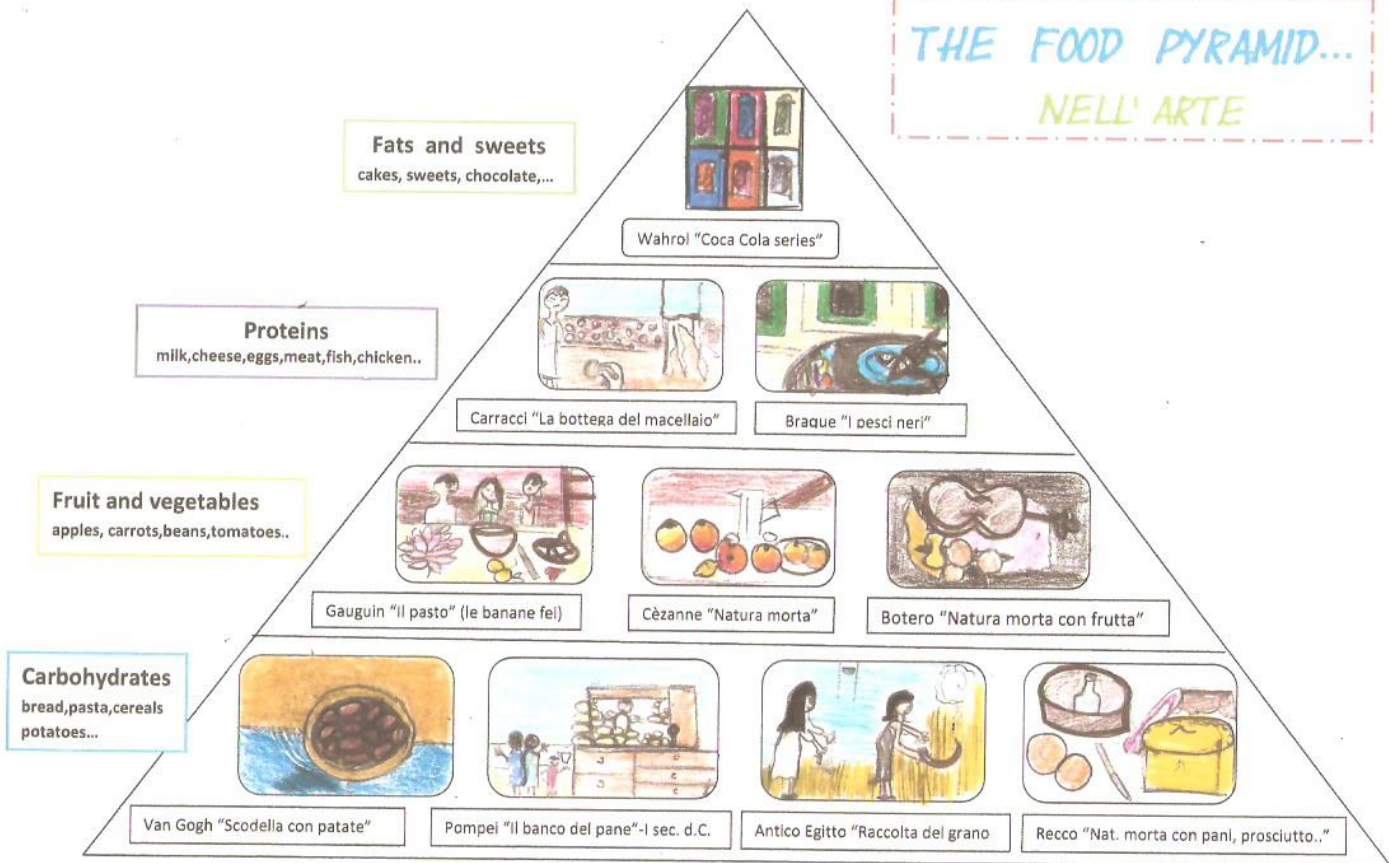


CARBOIDRATI



PER FORNIRE
L'ENERGIA NECESSARIA
AL CORPO
PER MUOVERSI
E FAR FUNZIONARE
GLI ORGANI

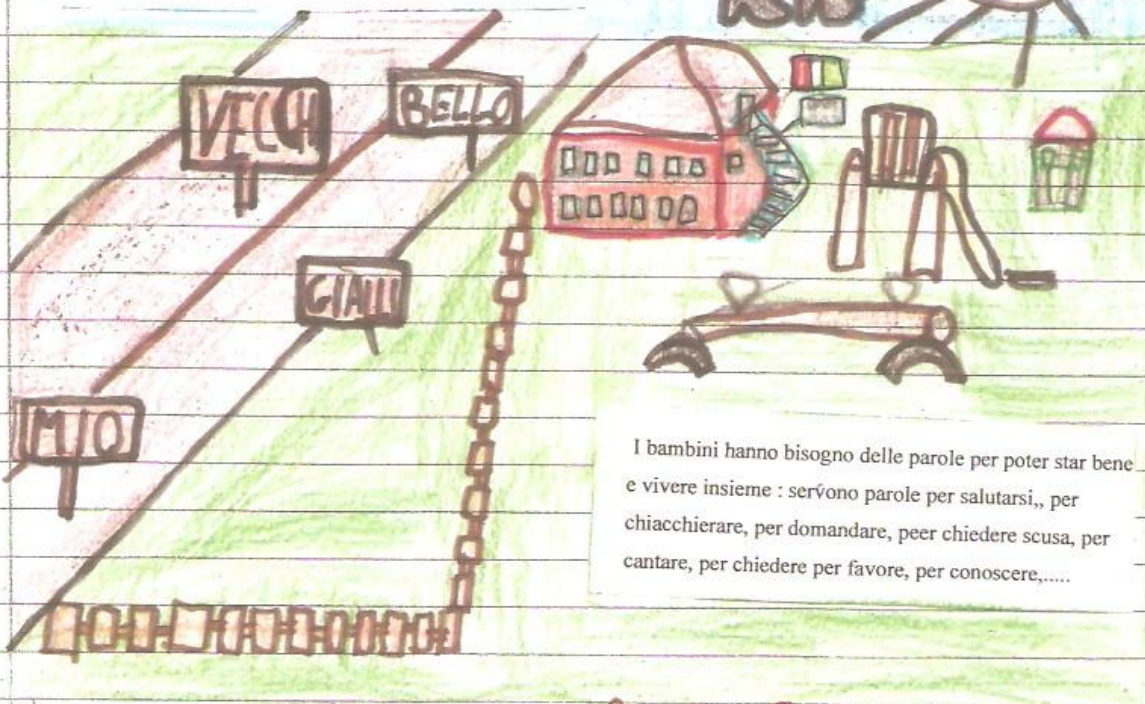
THE FOOD PYRAMID...
NELL'ARTE



GIOCHIAMO.....?

L'ORTO DELLE PAROLE

In un paese né vicino né lontano, in prossimità di una piccola scuola con un grande giardino, c'è un orto speciale. E' grande, ordinato e tutt'intorno ha un'alta staccionata. In quell'orto non vi sono patate, peperoni, zucchine..... ma si coltivano PAROLE !!! Vi lavora un gentile ortolano che ama il suo lavoro e gli abitanti, ma soprattutto tutti i bambini della scuola, lo sanno : quando hanno bisogno di una parola vanno all'orto e chiamano l'omino.



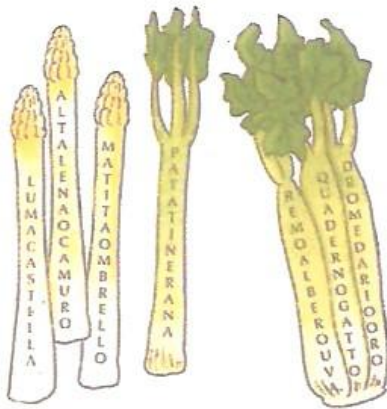
I bambini hanno bisogno delle parole per poter star bene e vivere insieme : servono parole per salutarsi,, per chiacchierare, per domandare, peer chiedere scusa, per cantare, per chiedere per favore, per conoscere,.....

A cosa servono le parole ai bambini?

Un LEGO per una parola?

Le parole dell'orto non sono in vendita, perchè non hanno prezzo!! Per averle gli abitanti e i bambini le devono **BARATTARE** con qualcosa che gli appartiene: un LEGO, una caramella, un palloncino, un sonaglio,.....
L'ortolano è sempre felice di raccogliere le parole richieste, pulirle dalla terra e consegnarle fresche e profumate..
.... **PRONTE PER ESSERE UTILIZZATE** !!!!!

Individua le parole nascoste nella verdura: evidenziale con colori diversi e trascrivile sul quaderno in corsivo.



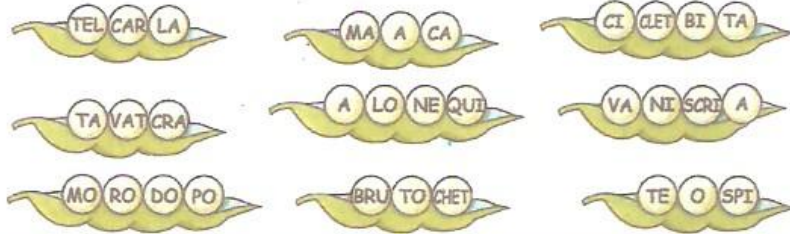
buccia gatto
 stella bromelario
 calabera rosa
 rosa
 mura
 matita
 ombrello
 patatine
 rana
 rana
 albero
 uovo
 quaderno

Parole al vento



L'ortolano ha molta cura del suo orto e ha costruito delle serre per proteggere le parole dalle intemperie ma, a volte, un vento forte forte le distrugge e sradica le piantine delle parole che iniziano a volteggiare nell'aria. In volo alcune si rompono, si spezzano, perdono le doppie, le lettere si mescolano, s'invertonoAQUA-VARVAL-LA-PALONE... l'ortolano non le riconosce più!! Poi, quando la tempesta si calma le parole tutte rotte si appoggiano sui muri e i bambini le raccolgono. Sanno quanto sono importanti e, con attenzione, le aggiustano e le riportano all'ortolano che le ripianta nei solchi che ha preparato per loro.

Riordina le sillabe numerandole in modo da formare parole: trascrivile poi in corsivo sul quaderno.



Cartella - eravolta - pomodoro - pruna - squilibrio -
brucetta - bisbetta - scrivania - asfide

Sostituisci i simboli alle lettere e trascrivì accanto le parole.

* F ◡ D ✕ C ◊ M	* S ◡ V ✕ C ◊ R	* S ◡ V ✕ P ◊ C
GARE	PANE	NERA
* ARE FARE	* ANE SANE	* ERA SERA
◡ ARE DARE	◡ ANE VANE	◡ ERA VERA
✕ ARE CARE	✕ ANE CANE	✕ ERA PERA
◊ ARE MARE	◊ ANE RANE	◊ ERA CERA

Leggi le parole che il vento ha scombinato, fai un cerchio verde sugli errori ortografici e trascrivile sul quaderno in corsivo, correggendole.



Ombrello - pagliaccio - acquedotto -

Fantasia - strega - zucchero -

agnello - pente - vento -

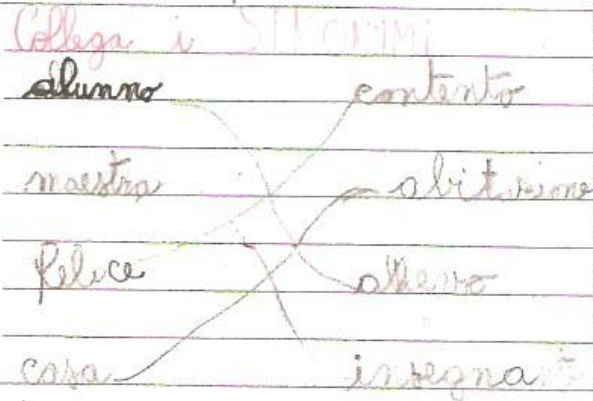
ventaglio - lampadario - liquore -

libretto - camello - chiesa - cielo -

serpente - scuola.

● Ma dai un'altra parola?

Succede a volte che i bambini si trovino fra le mani parole doppione o parole che dicono il contrario di ciò che si vuole dire. Come le possono usare? L'ortolano gentile allora organizza la "Giornata dello scambio": chi si ritrova con due parole identiche, può portarne una all'orto delle parole e averne in cambio un'altra, dal significato simile, che gli permetterà di non ripetersi. Così può fare chi possiede una parola inutile perchè ha bisogno di un'altra parola che abbia il significato opposto.



● Annaffia, annaffia

L'ortolano per far crescere le parole più rigogliose, le annaffia con tanti aggettivi, così i bambini possono descrivere meglio ciò di cui parlano.

Nel nostro giardino

Prima applica cosa, verde, rosso.

travaso rubato, verme molliccio, foglie secche

● Ti piacerebbe capire quello che dico?

I bambini, per farsi capire, quando parlano hanno bisogno di quelle parole che legano tutte le altre dando un senso compiuto alle loro frasi. Così vanno dall'ortolano che gli consegna delle piccole parole da far crescere sane: GIOCARE-SCRIVERE-CORRERE-GUARDARE-RISPETTARE-....
Ma sono i VERBI !!!!!

in ballo - lui canta -

si giocano - tu vai -

ha paura - non rubate -

si girano

● Parole speciali per un giorno speciale

Nel paese né lontano né vicino, nella piccola scuola con il grande giardino sta per arrivare un giorno molto speciale. Eh già : siamo alla vigilia della grande Festa della Scuola . A tutti i bambini della classe 3° servono quindi tante parole speciali : parole per chiamare, per salutare, per complimentarsi, per cantare, per recitare, per rincorare, per sollecitare ...! Quindi raccolgono quelle poche parole che sono rimaste nelle loro tasche, alcune di quelle trovate dopo che il vento le ha disperse e anche qualche giocattolo e vanno dall'ortolano per barattarle con le parole speciali che distribuiranno a tutti gli altri bambini . Sorpresi e felici tutti apprezzano la parola ricevuta in dono e se ne vanno in giro per il grande giardino leggendosi reciprocamente ciò che i bambini della classe hanno pensato appositamente per loro. Ma che bel modo di fare festa !!!



● La parola più importante:

CONTRACCAMBIARE



Ma che bel momento di festa e di gran confusione !! Il giorno dopo la classe 3° è di nuovo fra i banchi e tutti i bambini sono molto contenti. La maestra chiede il silenzio e invita tutti i bambini della scuola ad unirsi a loro . Cerca qualcosa nella sua borsa, perché lì c'è sempre una parola appropriata, e lentamente estrae un cartoncino colorato con su scritto "CONTRACCAMBIO" ! Tutti i bambini capiscono e scattano in piedi : vanno alla ricerca di una parola speciale da dare ai bambini della classe 3° . In poco tempo loro si ritrovano pieni di parole gentili che gli altri bambini hanno usato per salutarli e ringraziarli . Ora tutti i bambini della scuola possono stare bene insieme regalandosi l'un l'altro tante parole gentili !!

MA GUARDA CHI SI RIVEDE...



L'ARTE SEGRETA DI

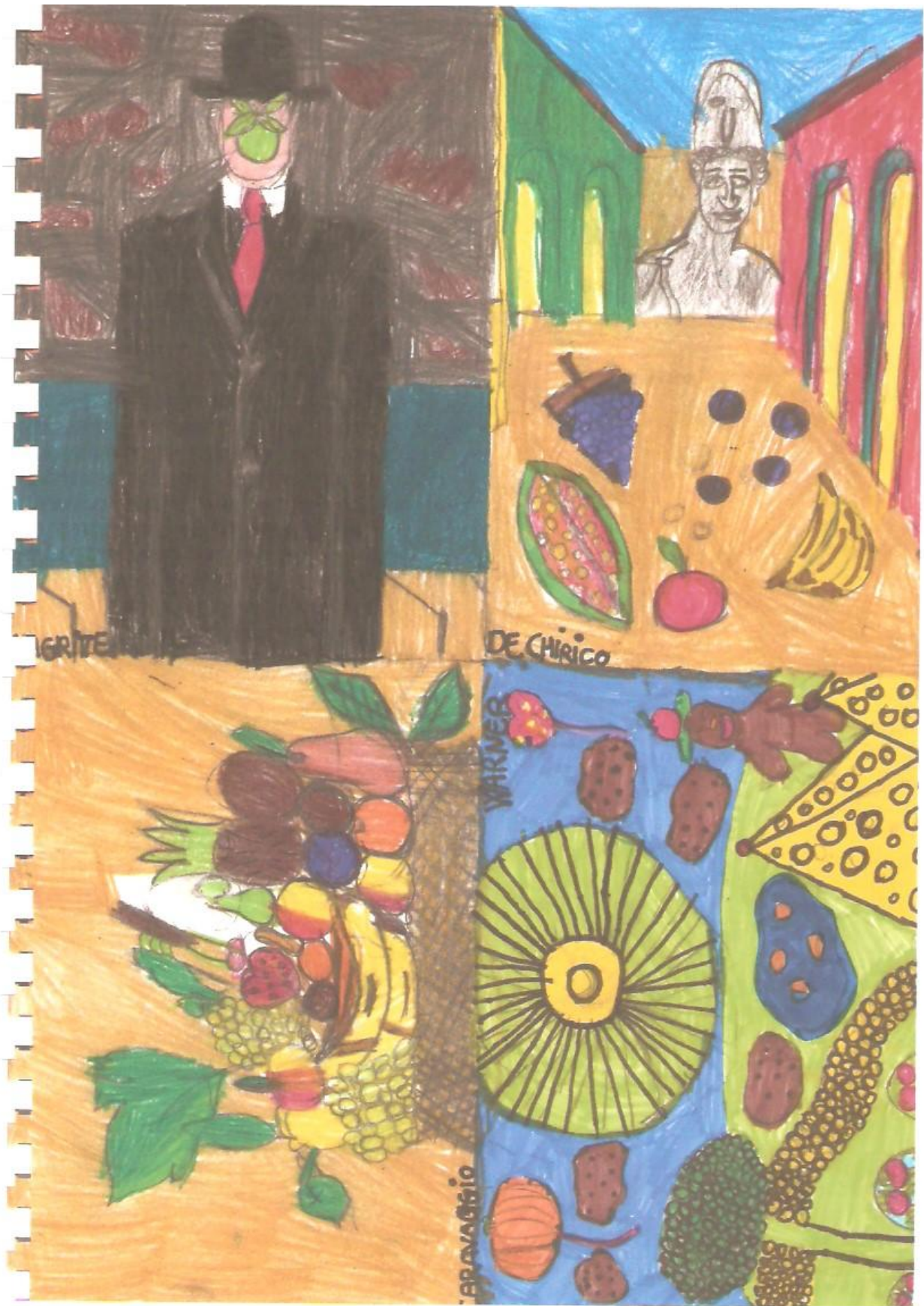


FRUTA E VERDURA



IL CIBO NELL'ARTE





Realizzato dai bambini della cl. 3^aF

a.s. 2017/2018



*Con l'aiuto delle insegnanti Masi Paola - Esposito Simona
Romagnoli Federica e la partecipazione dell'Ed. Bombini
Angela*